

# はひふへ保育園としょかん通り園おやつ献立表 令和7年3月



日付	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1						1
午前						午前 市販おやつ
午後						午後 市販おやつ
	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	
	85/2.2/0.5/18.7/0.2	74/3.8/2.4/10.4/0.2	36.6/0.45/1.4/5.4/0.025	96/1.7/2.2/17.5/0.2	62/2.7/2.1/9.0/0.1	
日付	3	4	5	6	7	8
午前	和光堂 ミルクウェアース	トップバリュ おこめで作ったクッキー	和光堂 とうもろこしすなっく	和光堂 チーズスティック	トップバリュ プチクラッカー	午前 市販おやつ
午後	マカロニのみたらし風	いちごジャムサンド	米粉ココア蒸しパン	きな粉パンケーキ	五平餅風おにぎり	午後 市販おやつ
	マカロニ・砂糖・しょうゆ・片栗粉・水	食パン・いちごジャム	米粉・ココア・ベーキングパウダー・砂糖・牛乳・油	牛乳・小麦粉・きな粉・砂糖・ベーキングパウダー・油	ごはん・すりごま・みそ・みりん・砂糖・しょうゆ	
	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	
	58/2.0/0.3/12.4/0.2	65/1.7/0.8/13.4/0.2	95/1.5/2.3/17.5/0.2	105/4.1/3.2/16.0/0.2	103/1.9/1.3/21.4/0.3	
日付	10	11	12	13	14	15
午前	カルビー ペジタべる	ビジョン 栗かぼちゃと さつまいものクッキー	栗山製菓 アンパンマン おやさいせんべい	ビジョン にんじんとかぼちゃの ビスケット	ナビスコ リッツ	午前 市販おやつ
午後	しらすひじきおにぎり	きな粉サンド	わかめごはん	さつまいもようかん	きな粉パンケーキ	午後 市販おやつ
	ご飯・しらす・乾燥ひじき・白いりごま・ごま油・塩	食パン・きなこ・牛乳	ご飯・ワカメ・白いりごま・ごま油・食塩	さつまいも・砂糖・粉寒天・水	牛乳・小麦粉・きな粉・砂糖・ベーキングパウダー・油	
	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	
	85/2.2/0.5/18.7/0.2	74/3.8/2.4/10.4/0.2	89/1.5/1.2/18.9/0.2	96/0.6/0.1/24.5/0.0	105/4.1/3.2/16.0/0.2	
日付	17	18	19	20	21	22
午前	和光堂 ミルクウェアース	トップバリュ おこめで作ったクッキー	和光堂 とうもろこしすなっく		トップバリュ プチクラッカー	午前 市販おやつ
午後	マカロニのみたらし風	いちごジャムサンド	米粉ココア蒸しパン		五平餅風おにぎり	午後 市販おやつ
	マカロニ・砂糖・しょうゆ・片栗粉・水	食パン・いちごジャム	米粉・ココア・ベーキングパウダー・砂糖・牛乳・油		ごはん・すりごま・みそ・みりん・砂糖・しょうゆ	
	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	
	58/2.0/0.3/12.4/0.2	65/1.7/0.8/13.4/0.2	95/1.5/2.3/17.5/0.2		103/1.9/1.3/21.4/0.3	
日付	24	25	26	27	28	29
午前	カルビー ペジタべる	ビジョン 栗かぼちゃと さつまいものクッキー	栗山製菓 アンパンマン おやさいせんべい	ビジョン にんじんとかぼちゃの ビスケット	ナビスコ リッツ	午前 市販おやつ
午後	しらすひじきおにぎり	きな粉サンド	わかめごはん	さつまいもようかん	みかんヨーグルト	午後 市販おやつ
	ご飯・しらす・乾燥ひじき・白いりごま・ごま油・塩	食パン・きなこ・牛乳	ご飯・ワカメ・白いりごま・ごま油・食塩	さつまいも・砂糖・粉寒天・水	ヨーグルト・みかん缶・砂糖	
	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	
	85/2.2/0.5/18.7/0.2	74/3.8/2.4/10.4/0.2	89/1.5/1.2/18.9/0.2	96/0.6/0.1/24.5/0.0	62/2.7/2.1/9.0/0.1	
日付	31					
午前	和光堂 ミルクウェアース					午前
午後	マカロニのみたらし風					午後
	マカロニ・砂糖・しょうゆ・片栗粉・水					
	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	kcal/タンパク質/脂質g/炭水化物g/塩分g	
	58/2.0/0.3/12.4/0.2					

午前おやつ50m   午後おやつ90m   牛乳を提供いたします	午前 kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 34/1.7/1.9/2.4/0.1	午後 kcal/タンパク質g/脂質g/炭水化物g/塩分g 55/3.0/3.4/4.3/0.2
----------------------------------	--	--

※こどもの咀嚼状態に合わせて変更する場合があります